



# あなたとご家族の命を守るために 個人と家庭でできる防災

## 家具の固定

命を守る上で、ご自宅での家具固定が大事です。大きな家具だけでなく、テレビや食器棚のガラス戸なども対策しましょう。寝ている時は無防備です。寝室での家具のレイアウトなどにも気をつけたいですね。



※家具のない部屋をつくれば、災害時の避難場所になります。

家具を固定するのが個人で難しい場合には、防災委員会にご相談ください。

## 水・食料の備蓄

災害発生の最初は避難所にも水や食料の備蓄はありません。

少なくとも3日間は生き延びることができるよう、水は1人当たり9リットルを、食料は日頃の生活で使える食料をローリングで備蓄しましょう。



## 非常持出し袋の準備

災害が発生して救援体制が整うまで約3日間かかると言われています。その3日間を自力で乗り切るためにも非常持出し袋の準備をしましょう。



避難する時にまず持ち出すものを第一次持出し袋としてリュックサックに準備しておきましょう。一般的には、貴重品、応急医薬品、衛生用品、衣類、照明器具、ラジオ、非常食品、その他に携帯充電器や保温シートなどが考えられますが、各ご家庭によって必要なものを考えましょう。

コロナ対策にマスクや消毒液を

## 家族との連絡

災害(地震)はいつどこで発生するか分かりません。まず自分の身を守る安全確保。次に家族の安否確認のための連絡です。普段からどのように連絡を取るかを相談しておきましょう。電話やメールなどが通じないときはどうするのかも大事です。

仮に避難する場合はどこにするのかも決めておきましょう。



五月が丘の

みんな

防災

皆さんお元気ですか～

2020年の春は、新型コロナウイルスの感染拡大防止として、人と人との接触をできるだけ避けることが求められ、仕事でも学校でも制限がかり、その他生活全般で自粛、自粛となっていたのではないのでしょうか。私たち人間は、人と人との関わりなしには生活できません。ご近所での「こんにちは」といったご挨拶が交わされて一日が始まるということも適言ではありません。

下記のようにコロナ感染に気をつけながら、ご近所でのつながりを大事に、また地域でのいろいろな活動に関わって、一緒に明るい五月が丘地域にしていきましょう～

### 「五月が丘の みんなで防災」発行にあたって

五月が丘地域にお住いの皆さん、こんにちは。五月が丘地区防災委員会です。当委員会は、阪神淡路大震災が起こった翌年の平成8年に発足し、五月が丘地域での災害による被害の防止及び軽減を図ることを目的としてこれまで様々な活動を進めてきました。

災害が発生したら、まず自分の身を守り、家族の安否を確認する。そして周りの人、ご近所、自治会での声掛け、安否確認がお互いの命を救うこととなります。避難が必要な場合もあります。でも、行政からの支援は3日後になると言われています。だからこそ住民皆さんの一人ひとりの日頃の準備と人と人とのつながり、地域での防災活動が大切になります。

五月が丘地域の防災力を高めたいという思いで、今回、初めて「五月が丘の みんなで防災」を作成・発行し、全住民を対象に配布します。皆さんの思いや声をお寄せください。

五月が丘地区防災委員会委員長 大川 正樹

### 3つの密を避けましょう



引き続き、感染拡大防止にご協力ください。

「三密」とは、密閉、密集、密接のことです。特に部屋の中では①窓を開け換気する ②多人数にならないようにする ③人と人との距離を離すといったことに気をつけましょう。

### 「新しい生活様式」を始めましょう

詳しくはこちら



「新しい生活様式」生活のあらゆる場面で気をつけたいことです。飛沫空気感染とともに手指を経由しての感染には特に注意したいですね。石鹸で手をしっかりと洗うこと、できるだけ手を顔にもっていかないことは自らできることです。

## 防災ツアー

東西南北のチームに分かれて危険箇所や役立つ所、防災倉庫などを探索しました。



## 災害対策本部設置

当地域では、2018.6.18 発生の大阪北部地震の際に災害対策本部を独自に設置し活動しました。



## 防災講習会

年1回、様々な課題で講習会を開いています。



## 要援護者対応

民生児童委員会など地域の団体と協力し災害時に、援護が必要な方と日頃からつながります。



## 炊出し訓練

1月のどんとに合わせてアルファ化米による赤飯のおにぎりを作り、参加者に配布します。



## 総合防災訓練



毎年11月に五月が丘地域全体での総合防災訓練を行っています。できるだけ全員が参加でき、実際に即した訓練になるよう工夫しています。ぜひご参加ください。

## 五月が丘地区防災委員会

# こんな活動をしています

## マンション単位に5つの防災組織



★ 地区防災倉庫と6つの自治会防災倉庫

## 令和元年(2019年) 五月が丘地区総合防災訓練 11月9日(土)

全ての住民・事業所の皆さんが参加できます！  
まずは自治会エリアを基本に安全確認訓練を行います。  
自治会ごとの集合時間・場所にお集まりください(裏面参照)

防災食作りと試食  
あっぱくん心臓マッサージ  
災害時の薬・感染症  
災害時に避難所は...  
ダンボールハット 新聞紙スリッパ等 作ってみよう

午前9時半~12時 東佐井寺小学校で組に分かれて回ります



## 連合自治会のブログ

「知っとこ!五月が丘連合自治会」で五月が丘の地域情報を発信しています。ぜひ見てください!

